

Компьютерная зависимость



Выполнила: Платонова Т.В.

Воспитатель МДОУ «Д/с №125 к.в.»

г. Магнитогорска

2017г.

Кажется, компьютеры заполони все свободное пространство в нашем окружении. мало того, они еще и покушаются на целостность нашего мира, втягивая в себя целые поколения.

В основе формирования патологического пристрастия к компьютеру лежит нарушение психических механизмов восприятия мира.

Основной группой риска для развития компьютерной зависимости являются подростки в возрасте от 10 до 18 лет. Этому способствуют широкое распространение домашних компьютеров, легкость подключения к интернету, компьютеризация школьных программ обучения, большое количество игровых компьютерных клубов. В группу риска чаще всего попадают мальчики, ведь у них от природы больше, чем у девочек, развиты конкурентность, соревновательные мотивы, стремление к первенству.



Различают несколько видов компьютерной зависимости:

- Игровую, при которой человек запоем играет в групповые игры по сети или индивидуально. Игрок бросает все: учебу, работу, семью, вся его жизнь перемещается в плоскость монитора, где кипят нешуточные страсти, идут бои и завоевываются новые миры.
- Сетевая зависимость, при которой человек не может обойтись без так называемого интернет-общения на форумах или в соцсетях. Этим видом зависимости часто страдают одинокие, робкие в реальной жизни люди с заниженной самооценкой, которым тяжело заводить знакомства в реале.
- Зависимость, проявляющаяся в виде бесконечного бесцельного бродяжничества с сайта на сайт, так называемый сёрфинг по аналогии с видом спорта, когда спортсмен преодолевает волну за волной. Пожалуй, это самый хитрый вид зависимости. Человек думает, что если он не играет с утра до вечера, не торчит на “одноклассниках”, то с ним все в порядке. Но на самом деле он убивает время непрерывным поглощением информации, которая ему никогда не пригодится, просматривает всяческие “интересные факты” и самые красивые места природы.



Весь ужас в том, что компьютерная зависимость не щадит никого, и практически любой человек может стать ее жертвой, и 25-летняя девушка, и 50-летний мужчина. Настолько интересен и привлекателен этот мир виртуальных приключений. Но самые страшные трагедии случаются тогда, когда жертвой зависимости от компьютера становятся дети.





Жизнь современного общества такова, что дети едва ли не с рождения учатся нажимать кнопки на клавиатуре и орудовать мышкой. Скоро, наверное, мы увидим в продаже коляски для младенцев со встроенными планшетами. Компьютер это удобно. Более того, без него сейчас никуда. Он заменил нам массу других предметов: будильник, навигатор, радио, телевизор, книгу, музеи и галереи. Человек, не дружащий с компьютером, не сможет устроиться на хорошую работу. Если раньше в школах дети писали свои доклады на альбомных листочках и от руки, то сейчас такую работу даже не примет учитель: она должна быть распечатана на компьютере.

Наиболее интересными и опасными для детей являются ролевые компьютерные игры, именно они способны сформировать устойчивую психологическую зависимость, привести к дезадаптации и нарушениям в сфере психических состояний.

Большинство ролевых компьютерных игр рассчитано на подростковый возраст. Они написаны людьми старшего поколения, без учета возрастных психологических особенностей. Подобные игры могут сильно повлиять на формирование личности в период активной социализации и усвоения социальных ролей. Ребенок видит мир глазами компьютерного героя. Реалистичные компьютерная графика, звуковые эффекты способны на время игры полностью заменить реальность. Через какое-то время ребенок теряет связь с реальной жизнью и переносит себя в виртуальный мир, где он получает острые, яркие впечатления. Пройти игру для него становится, чуть ли не смыслом жизни.





Еще более усиливает подростковую компьютерную зависимость игра в глобальной сети, где подросток играет уже с живыми людьми, которых он не идентифицирует за образами персонажей игры. В сети игрок придумывает своего персонажа, т.е. самого себя, выдавая партнерам по игре себя придуманного за себя реального.

Играющий действует уже по правилам, придуманным им самим. Осознание бесконечности сетевого пространства, безнаказанности и большого количества участников подталкивает подростка создавать собственные правила поведения, принимать решения, которые не имеют отношения к реальной жизни.

Участие в виртуальном мире позволяет подросткам абстрагироваться от психологических проблем в реальном мире. Но это происходит лишь во время пребывания в виртуальном пространстве. Для такого ребенка реальный мир неинтересен и полон опасностей. Вследствие этого подросток пытается жить в



Симптомы компьютерной зависимости

Существуют признаки, которые помогут родителям диагностировать компьютерную зависимость ребенка:

- потеря контроля над временем, проведенным за компьютером,
- утрата интереса к социальной жизни и внешнему виду,
- оправдание собственного поведения и пристрастия,
- важным симптомом компьютерной зависимости являются смешанное чувство радости и вины во время игры за компьютером, а также раздраженное, агрессивное или замкнутое поведение, если по каким-то причинам длительность пребывания за компьютером уменьшается,
- ночные кошмары, приступы страха, тревоги, навязчивые состояния.



Последствия компьютерной зависимости для физического здоровья:



- нарушения функций глаз (ухудшение зрения, синдром «сухого глаза»)
- опорно-двигательного аппарата (искривление позвоночника, нарушения осанки)
- пищеварительной системы (нарушение питания, гастрит, хронические запоры, геморрой)
- общее истощение организма — хроническая усталость вследствие дефицита сна и отдыха. При этом эйфория и возбужденность, вызванные играми или пребыванием в Интернете, могут маскировать усталость, что становится причиной еще большего утомления организма.



Как помочь ребенку, у которого уже сформировалась компьютерная зависимость?

1. индивидуальное обучение контролю над желанием включить компьютер и погрузиться в виртуальный мир;
2. коррекция семейных отношений;
3. создание индивидуальной программы по нормализации учебы и восстановлению социальных связей со сверстниками.



Спасибо за внимание!

